

Ogeysiiskan wuxuu sharaxaad ka bixinayaa sida Maamulka Daryeelka Caafimaad ee Gobolka Washington (HCA) uu u isticmaalayo ama u sheegayo macluumaadka caafimaad ee adiga kugu saabsan iyo sida aad u heli kartid macluumaadkan. **Fadlan si taxadir leh dib-u hubin ugu samee.**

Waxaad helaysaa ogeysiiskan sababtoo ah HCA waxaa sharci ahaan looga doonayaa in ay ilaalso asturnaanta macluumaadkaaga iyo in ay siiso ogeysiiskan dhammaan macaamiisha Maamulka Daryeelka Caafimaad Waxaan cusbooneysiinaynaa ogeysiiskan, sababo la xiriira isbadelo dhowaan ku yimid xeerarka. Ma saameynayso u-qalmitaankaaga adeegyada ama caynsanaanta.

Qoraalka oo Kooban

Xuquuqahaaga	Ikhtiyaaradaada	Isticmaaladeenna iyo Sheegidyadeenna
<p>Waxaad xaq u leedahay:</p> <ul style="list-style-type: none"> • In aad heshid nuqul ah diiwaanadaada xaqsheegashada iyo caafimaadka. • In aad saxdid diiwaanadaada xaqsheegashada iyo caafimaadka. • In aad codsatid wada-hadal qarsoodi ah. • In aad na wayddiiso in aad xaddididno macluumaadka aan wadaagno. • In aad heshid liiska (oo leh ka reebisyada qaar) kuwa aan la wadaagney macluumaadkaaga. • In aad heshid nuqulka ogeysiiskan asturnaanta. • In aad dooratid qof adiga ku matala. • In aad soo gudbisid ashtako haddii aad aaminsan tahay in xuquuqahaaga asturnaanta lagu xadgudbay. <p>>Aad bogga 2 <i>si aad u heshid macluumaad badan.</i></p>	<p>Waxaad noo sheegi kartaa ikhtiyaaradaada ku saabsan macluumaadka caafimaad qaar ee aan isticmaalno ama aan wadaagno. Tusaale ahaan, sida aan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ugu jawaabno su'aalaha caynsanaanta ee qoyskaaga iyo saaxiibadaada. • U bixino gargaarka musiibo. <p>Ma suuq-geynayno adeegyadeenna ama ma iibinayno macluumaadkaaga.</p> <p>>Aad bogga 3 <i>si aad u heshid macluumaad badan.</i></p>	<p>Waxaan u isticmaali karnaa ama u wadaagi karnaa macluumaadkaaga sababahan awgood:</p> <ul style="list-style-type: none"> • In aan caawimaad uga geysano maareynta daaweynta daryeelka caafimaad ee aad helaysid. • In aan ku maamulno hay'adeenna. • In aan ku bixino lacagta adeegyadaada caafimaad. • In aan ku maamulno qorshahaaga caafimaad. • In aan caawimaad uga geysano arrimaha caafimaadka iyo bedqabka dadweynaha. • In aan sameyno cilmi-baarlis. • In aan ugu hoggaansano sharciga. • In aan ugu jawaabno codsiyada tabarucaadda xubin ama unug iyo si aan ula shaqeyno baare caafimaad ama qofka maydka duugta u diyaariya. • In aan wax ka qabano magdhowga shaqaalaha, sharci fulinta, iyo codsiyada kale ee dowladda. • In aan ka jawaabno dacwadaha iyo tallaabooyinka sharciga. <p>>Aad bogga 3 iyo 4 <i>si aad u heshid macluumaad badan.</i></p>

Xuquuqahaaga

Marka loo yimaado macluumaadkaaga caafimaad, wawaad leedahay xuquuqaha qaar. Qaybtan waxay sharaxaad ka bixinaysaa xuquuqahaaga iyo mas'uuliyyadaheenna qaar si aan kuu caawino.

In aad heshid nuqul ah diiwaanadaada xaqsheegashada iyo caafimaadka

- Wawaad wayddiisan kartaa in aad arragtid ama aad heshid nuqulka diiwaanadaada caafimaadka iyo xaqsheegashada iyo macluumaadka caafimaad kale ee aan adiga kaa hayno. Na wayddii sida tani loo sameeyo.
- Wawaan bixinaynaa nuqul ama qoraal kooban ee ah diiwaanadaada xaqsheegashada iyo caafimaadka, sida caadiga ah 30 maalmood gudahooda ee codsigaaga. Waxaa laga yaabaa in aan kugu dalcno ujro kharashka ku saleysan, oo macquul ah.

In aad na wayddisatid saxidda diiwaanada xaqsheegashada iyo caafimaadka

- Wawaad na wayddiin kartaa in aan saxno diiwaanadaada xaqsheegashada iyo caafimaadka haddii aad u maleynaysid in ay khaldan yihiin ama aysan dhammeystirnayn. Na wayddii sida tani loo sameeyo.
- Wawaan dhihi karnaa “maya” codsigaaga, balse waxaan kuugu sheegaynaa sababta qoraal ahaan 60 maalmood gudahooda.

In aad codsatid wada-hadal qarsoodi ah

- Wawaad na wayddiisan kartaa in aan kuula soo xiriirno hab gaar ah (tusaale ahaan, taleefoonka gurigga ama xafiiska) ama in aan u dirno iimayl cinwaan kale.
- Wawaan tixgelinaynaa dhammaan codsiyada macquulka ah, waana in aan dhahnaa “haa” haddii aad noo sheegtid in aad halis galeysid haddii aanan tixgelinin.

In aad na wayddisid in aan xaddidno waxa aan isticmaalno ama wadaagno

- Wawaad na wayddiisan kartaa in aanan isticmaalin ama aanan wadaagin macluumaadka daaweynta, lacag-bixinta, ama hawlgaladeenna.
- Lanagama doonayo in aan oggolaano codsigaaga, waxaana dhihi karnaa “maya” haddii ay saameynayso daryeelkaaga.

In aad heshid liiska kuwa aan la wadaagney macluumaadka

- Wawaad wayddiisan kartaa liiska (xisaabinta) ee wakhtiyada aan wadaagney macluumaadka caafimaadkaaga, qofka aan la wadaagney, iyo sababta aan ula wadaagney.
- Wawaan ku soo daraynaa dhammaan sheegisyada marka laga reebo kuwa ku saabsan daaweynta, lacag-bixinta, iyo hawlgalada daryeelka caafimaad, iyo sheegisyada kale qaardeed (sida wax aad na wayddiisay in aan sameyno). Wawaan bixinaynaa hal xisaabin sannadkii oo lacag la'aan ah balse waxaan ku dalacaynaa ujro ku saleysan kharashka, oo macquul ah haddii aad na wayddiisid mid kale 12 bilood gudahooda.

In aad heshid nuqulka ogeysiiskan qarsoodiga ah

- Wawaad wayddiisan kartaa nuqul warqad ah ee ogeysiiskan ah wakhti kasta, xataa haddii aad oggolaatey in aad ku heshid ogeysiiska elektaroonig ahaan. Wawaan ku siinaynaa nuqul warqadeed durbaba.

In aad dooratid qof adiga ku matala

- Haddii aad siisay qof awood qareenka caafimaad ama haddii qof uu yahay mas'uulkaaga sharciga ah, qofkaasi wuxuu ku dhaqmi karaa xuquuqahaaga wuxuuna sameyn karaa ikhiyaaro ku saabsan macluumaadka caafimaadkaaga.
- Wawaan hubsaneynaa in qofka uu lahaado awoodan uuna adiga ku matali karo kahor inta aanan qaadin wax tallaabo ah.

Soo gudbi ashtako haddii aad dareentid in xuquuqdaada lagu xadgudbay

Haddii aad aaminsan tahay in xuquuqahaaga asturnaanta lagu xadgudbay ama aad qabtid su'aalo:

- La xiriir sarkaalka asturnaanta HCA adigoo wacaya 360-725-1116 ama warqad u qoraya Sarkaalka Asturnanka HCA, Health Care Authority, P.O. Box 42700, Olympia, WA 98504-2700. OR
- Wawaad ashtako ka gudbin kartaa Xafiiska Xuquuqda Aadanaha ee Waaxda Caafimaadka iyo Adeegyada Aadanaha ee Mareykanka adigoo u diraya waraaq 200 Independence Avenue, S.W., Washington, D.C. 20201, wacaya 1-877-696-6775, ama booqanaya www.hhs.gov/ocr/privacy/hipaa/complaints/.
- Kaagamaa aargoosanayo soo gudbinta aad soo gudbisid ashtako.

Ikhtiyaaradaada

Macluumaadka caafimaadka qaar, waxaad nooga sheegi kartaa ikhtiyaaraadkaaga ku saabsan waxa aan wadaageyno. Haddii aad leedahay dookh cad ee ah sida aan u wadaageyni macluumaadkaaga ee xaaladaha lagu sharxay hoos, nala hadal. Noo sheeg waxa aad doonaysid in aan sameyno, waxaana raacidoono tusmooyinkaaga.

Xaaladahan, waxaad leedahay labaduba xaqa iyo ikhtiyaarka aad noogu sheegaysid:

- In aad la wadaagto macluumaad qoyskaaga, saaxiibadaada soke, iyo dadka kale ee ku lugta leh lacag-bixinta daryeelkaaga.
- In aad wadaagto xogta xaaladda gargaarka musiib o.

Haddii aadan awoodin in aad noo sheegtid dookhaaga, tusaale ahaan haddii aadan miir lahayn, waan sii wadaynaa waxaana wadaageysnaa macluumaadkaaga haddii aamino in ay ku jirto dantaada ugu wanaagsan. Waxaan sidoo kale wadaagi karnaa macluumaadkaaga marka loo baahan yahay in la yareeyo halista dhabta ah ama dhaksho u dhici karta ee caafimaadka ama bedqabka.

Isticmaaladeenna iyo Sheegidyadeenna

Waa maxay sida caadiga ah ee aan u isticmaalno ama u wadaagno macluumaadkaaga caafimaad? Waxaan sida caadiga ah u isticmaalnaa ama u wadaagnaa macluumaadkaaga caafimaad hababkan soo socda.

In aan caawimaad uga geysano maareynta daaweynta daryeelka caafimaad ee aad helaysid

- Waxaan isticmaali karnaa macluumaadka caafimaadkaaga ama la wadaagi karnaa xirfadleyaasha adiga ku daaweynaya.

Tusaale: *Takhtar ayaa noo soo diraya macluumaad ku saabsan qorshahaaga oggaanshaha cudurka iyo daaweynta sidaas awgeed waxaan diyaarin karnaa adeegyo dheeraad ah. Ama waxaan u diraynaa macluumaad Maamulka Carruurta, haddii aad tahay ilmo daryeel koriin ku jira.*

In aan ku maamulno hay'adeenna.

- Waxaan isticmaali karnaa ama shaacin karnaa macluumaadkaaga si aan u maamulno hay'adeenna iyo si aan kuula soo xiriirno marka ay daruuri tahay.
- Anaga la nooma oggala in aan isticmaalno macluumaadka la xiriira hiddo-wadeyaasha si aan u go'aamino haddii aan ku siinayno caynsanaan iyo qiimaha caynsanaantaasi. Tani looma adeegsan karo qorsheyaasha daryeelka mustaqbalka fog.

Tusaale: *Waxaan u isticmaalnaa macluumaadka caafimaad ee adiga kugu saabsan si aan u sameyno adeegyo wanaagsan oo adiga laguugu talogalay.*

In aan bixino lacagta adeegyada caafimaadkaaga

- Waxaan isticmaali karnaa oona sheeki karnaa macluumaadka caafimaadkaaga inta aan bixinayo lacagta adeegyada caafimaadka la caymiyay.

Tusaale: *Waxaan la wadaagi karnaa macluumaadka adiga kugu saabsan takhtarkaaga si aan isugu xirno lacag-bixinta qallinkaaga.*

Waa maxay sida kale ee aan u isticmaalo ama u wadaagno macluumaadka caafimaadkaaga? Waxaa la noo ogol yahay ama la nooga baahan yahay in aan u wadaagno macluumaadkaaga habab kale – sida caadiga ah habab gacan ka geysanaya wanaaga dadweynaha, sida caafimaadka dadweynaha iyo cilmi-baarlis. Waa in aan ka soo baxno shuruudo badan ee sharciga ah kahor inta aan u wadaagin macluumaadkaaga ujeeddooyinkan. Hadaad rabto macluumaad badan, eeg:

www.hhs.gov/ocr/privacy/hipaa/understanding/consumers/index.htm

Isticmaaladeenna iyo Sheegidyadeenna

In aan caawimaad ka geysano arrimaha caafimaadka iyo bedqabka dadweynaha.

- Wuxaan wadaagi karnaa macluumaadka caafimaad ee adiga kugu saabsan xaaladaha qaar sida:
- Ka hortagidda cudur.
- In lagaa caawiyo xasusinta badeeco.
- Ka warbixinta ficol-celinada lidka ku ah daaweyn.
- Ka warbixinta xadgudub la tuhunsan yahay, dayacaad, ama rabsho guri.
- Ka hortagidda ama dhimidda halis dhab ah ee ku socota caafimaadka ama bedqabka qof.

In aan ku sameyno cilmi-baaris

- Wuxaan u isticmaali karnaa ama u wadaagi karnaa cilmi-baaris caafimaad.

In aan ugu hoggaansano sharciga

- Wuxaan wadaageyntaa macluumaadka adiga kugu saabsan haddii sharciga gobolka ama dowladda dhexe uu u baahan yahay, oo ay ku jirto Waaxda Adeegyada Aadanaha iyo Caafimaadka haddii ay doonayso in ay arrago in aan u hoggaansaney sharciga asturnaanta dowladda dhexe.

Si aan ugu jawaabno codsiyada tabarucaadda xubin ama unug iyo si aan ula shaqeyno baare caafimaad ama qofka maydka duugta u diyaariya.

- Wuxaan la wadaagi karnaa macluumaadka caafimaadka ee adiga kugu saabsan ururada laga helo xubnaha jirka.
- Wuxaan la wadaagi karnaa macluumaadka caafimaadka qofka baara sababta dhimashada, baare caafimaad, ama qofka maydka duugta u diyaarina marka shakhsii uu dhinto.

In aan wax uga qabano magdhowga shaqaalaha, sharci fulinta, iyo codsiyada kale ee dowladda

- Wuxaan u isticmaali karnaa ama la wadaagi karnaa macluumaadka adiga kugu saabsan:
 - Xaqsheegashada magdhowga shaqaalaha.
 - Ujeeddooyin fulin sharci ama mas'uul sharci fulin.
 - Wakaaladaha ilduufidda caafimaadka ee waxqabadyada uu oggolaadey sharciga.
 - Shaqooyinka dowladda ee gaarka ah sida militariga, amniqa qaranka, iyo adeegyada ilaalinta madaxweynaha.

In aan kaga jawaabno dacwadaha iyo tallaabooyinka sharciga

- Wuxaan wadaagi karnaa macluumaadka caafimaadka ee adiga kugu saabsan ayadoo laga jawaabayno amar maxkamadeed ama maamul, ama ayadoo laga jawaabayna dalab maxkamadeed.

Miyay jiraan noocyoo si gaar ah u ilaalsan oo macluumaad ah?

Haa, noocyada qaar ee macluumaadka waxay leeyihiin ilaalo dheer ee hoostagta sharciyada dowladda dhexe ama Gobolka Washington. Habdhaqanada sheegista kor ma aha daruuri in loo adeegsado noocyadan macluumaadka, taasi oo ku jirta macluumaadka la xiriira-HIV ee asturan ee ilaaliya sharciyada Gobolka Washington; macluumaadka daaweynta maandooriye ama aalkolo isticmaalidda ee la ilaaliyo ayadoo la hoostagayo sharciyada dowladda dhexe iyo kuwa gobolka washington; iyo macluumaadka daaweynta caafimaadka dhimirka ee la ilaaliyo ayadoo la hoostagaya labaduba sharciyada dowladda dhexe iyo kuwa Gobolka Washington.

Ma'uuliyadaheenna

- Wuxuu sharciga naga doonayaa in aan ilaalino asturnaanta iyo ammaanka macluumaadka caafimaadkaaga ee dhawrsan.
- Wuxaan kuugu soo wargelinaynaa si dhakhsii ah haddii sharci jabin uu dhaco ee ka kooban asturnaanta iyo ammaanka macluumaadkaaga.
- Waa in aan raacno waajibaadyada iyo habdhaqanka asturnaanta ee lagu sharxay ogeysiiskan oona nuqul kaa siino.
- Ma isticmaalayno ama ma wadaageyntaa macluumaadkaaga si ka duwan sida halkan lagu sharxay haddii aad qoraal ahaan noogu sheegtid mooyaane. Haddii aad noo sheegtid wuxaan , adiga badeli kartaa fikirkaaga wakhti kasta. Noogu so sheeg qoraal ahaan haddii aad badeshid niyadaada.

Hadaad rabto macluumaad badan eeg: www.hhs.gov/ocr/privacy/hipaa/understanding/consumers/noticepp.html.

Isbadelada Shuruudaha Ogeysiiskan

Wuxaan badeli karnaa shuruudaha ogeysiiskan, isbadeladana waxaa lagu dabakahya dhammaan macluumaadka ee aan adiga kaa ahayno. Ogeysiiska la muraajaceeyay waxaa laga heli karaa boggeena internetka , wuxaan iimay ama boosto kuugu soo diraynaa nuqul marka aad cadsatid.